

LADAKH E KASHMIR, LA TERRA DEI PASSI DI MONTAGNA

02 giugno – 14 giugno 2024

13 giorni – 12 notti



Andremo alla scoperta di una bellissima regione montana racchiusa tra le catene dell'Himalaya e del Karakorum, famosa per la cultura tibetana che qui ha trovato un luogo pacifico per installarsi e per i suoi bellissimi monasteri buddisti. Un luogo caratterizzato da caratteri umani e naturalistici mozzafiato: passi montani oltre i 4000 metri attraverso cui transitano tribù di pastori nomadi, monasteri arroccati, genti dalle vesti di tutti i colori dell'arcobaleno, laghi e montagne, musica inebriante e feste che rimangono nel cuore.

Programma day by day:

Giorno 1, (02.06): Milano – Nuova Delhi. Volo da Milano Linate in mattinata. Scalo e arrivo a Delhi dopo la mezzanotte.

Giorno 2, (03.06) > ARRIVO DELHI e VOLO per LEH (3,500 m)

Mattino presto volo da Delhi per Leh, il capoluogo della regione. E' una città straordinaria appollaiata a 3500 metri sul livello del mare divenuta famosa in tutto il mondo per il suo bellissimo Palazzo Reale

(che sembra una versione in miniatura del potala di Lhasa), per la sua splendida moschea lignea e perchè ogni tanto ci viene in visita il Dalai Lama. La giornata di oggi sarà dedicata all'acclimattamento a questa altitudine. Ce la prendiamo quindi molto comoda e nel pomeriggio ci facciamo una passeggiatina per il bazar.

Giorno 3, (04.06)>LEH>SHEY>THIKSEY>LEH

A pochi chilometri dal centro di Leh visitiamo il monastero di Spituk della setta dei Berretti Gialli: fondato nell'XI secolo e ampliato nel XV, si erge al di sopra delle case dei monaci, in posizione strategica su di una collina sulle rive dell'Indo. Proseguimento per la visita del Shanti Stupa, situato a 4.267 metri di altezza, costruito da una comunità buddhista giapponese ed inaugurato nel 1985 dal Dalai Lama. Shey, situato su una collina di bianche rocce cristalline a 15 km sud di Leh, è l'antico palazzo estivo dei sovrani ladakhi, eretto verso il 1430. L'immagine principale del Monastero è rappresentata dalla figura del Buddha Sakyamuni realizzata in rame. Thiksey Monastery è a 3 km da Shey ed è il più bello di tutti i monasteri del Ladakh. Terminata la visita rientro a Leh.

Giorno 4, (05.06)>LEH>KHARDUNG-LA (5,359 m)>VALLE DI NUBRA (3,048 m)

Trattamento di pensione completa. Conosciuta come la valle dei fiori, la Nubra valley si raggiunge superando il passo di Khardungla a 5560 metri di quota, forse il passo carrabile più alto del mondo. Fino a pochi anni fa la valle era chiusa al turismo poichè, al suo termine, la barriera dell'Himalaya è contesa con il vicino Pakistan; il ghiacciaio del Siachen, ai piedi di vette ben più alte di settemila metri, è parte della contesa. La Nubra valley era un tempo via di transito per le carovane che dalla Cina, attraverso il Karakoram Pass, entravano in territorio tibetano per poi proseguire verso l'India. Consigliata l'escursione ai monasteri di Sumung, Panamik che, tra vette senza nome, da secoli, perpetuano gli insegnamenti del Buddha. Pernottamento in hotel.

Giorno 5, (06.06)>VALLE DI NUBRA (3,048 m)

La giornata di oggi sarà alla scoperta della meravigliosa Nubra Valley, dei suoi villaggi e dei suoi monasteri. Dopo colazione visitiamo Panamik, l'ultimo villaggio della valle prima del ghiacciaio Siachen, un luogo incredibile dove l'uomo lotta e collabora con la natura, per esempio con il rudimentale ma perfetto sistema di irrigazione. E' noto anche per le sue sorgenti termali. Dopo una bella passeggiata ritorniamo al campo per il pranzo. Nel pomeriggio andiamo a visitare il villaggio di Sumur, dove è situato il monastero di Samtaling, abbarbicato sulla roccia, della setta Gelukpa. Pernottamento in hotel.

Giorno 6, (07.06)>NUBRA>PANGONG (4,240 m)

Si prosegue per il lago di Pangong (4240 mt) risalendo un piccolo affluente dello Shyok verso est, attraverso un ambiente con forti colorazioni dove deserto e pasture si intersecano tra monti sulle cui cime si vedono alcuni ghiacciai; si arriva presto in vista delle acque incredibilmente turchesi del mitico lago. Una vastità azzurra, l'aria incredibilmente pura, tra monti altissimi, oltre ogni nostra capacità descrittiva, che ispirò alcuni passaggi stupendi dell'interessante libro "La via delle nuvole bianche" di A. Govinda. Le sue acque nella parte orientale arrivano nel Tibet a dominio cinese nei pressi della terza capitale dell'antico regno di Gughe, Rutok. Pernottamento in hotel.

Giorno 7 (08.06)>PANGONG>TSOKAR (4,530 m)

Dopo la colazione, faremo un lungo viaggio in auto fino al lago Tso (6-7 ore). È un viaggio mozzafiato su un sentiero che è letteralmente una terra di nessuno. Vasti tratti solitari sull'altopiano di Chanthang rendono questo viaggio uno dei migliori viaggi isolati di questo tour. Lungo il percorso visita al lontano insediamento di Chusula. Lo Tsokar (letteralmente "Lago Bianco") si trova più a sud e a una buona distanza dal confine cinese. Si trova a circa 4500 m di altitudine ed è molto salato.

Croste di sale si formano nel lago prevalentemente color turchese, da cui prende il nome. Nonostante le variazioni di profondità e salinità dell'acqua, il lago è un rifugio per la fauna selvatica, in particolare quella piumata. Pernottamento in hotel.

Giorno 8 (09.06)>TSOKAR, Taglangla, LEH (3,500 m)

Raggiunta la strada che giunge da Manali si valica il passo del Tanglang (5328 mt) e si raggiunge la valle dell'Indo proseguendo fino a Leh. Se c'è il tempo sufficiente si potrà visitare un monastero sul percorso (Hemis, Stakna, o quale altro interessa).

Giorno 09 (10.06)>LEH>ALCHI>LAMARURU>KARGIL (2,676 m)

Dopo colazione partiamo verso ovest immergendoci nella natura e nei paesaggi lunari di questo pezzo di mondo. Sosta al monastero di Alchi, abbarbicato all'estremità di una stretta gola. Il complesso fu fondato nell'XI secolo dal grande traduttore Ring-chen Zangpo, che vi portò artisti provenienti da vari monasteri del Kashmir, al fine di dare vita ad affreschi murali e antiche sculture lignee che oggi sono considerati i tesori artistici più importanti della cultura buddhista in Ladakh. Continuiamo il nostro viaggio fino a Lamayuru e visitare il monastero di Lamayuru, uno dei più antichi del Ladakh, del X secolo. Si prosegue lungo la strada che serpeggia verso ovest; superato il Fatu La (4147 mt) e oltre il valico del Namika (3760 mt) si raggiunge Gyal, un caratteristico villaggio con un tempio ricavato traforando la roccia, ripreso nel film "Samsara". Poco oltre si arriva a Mulbekh; qui, oltre alla famosa statua rupestre di Buddha Maitreya (VII secolo), si trovano due monasteri posti su di un vicino, ripido colle. Si prosegue per Kargil. Pernottamento in hotel a Kargil.

Giorno 10 (11.06)>KARGIL>SRI-Nagar (1,585 m)

Si sale in direzione ovest verso la valle di Dras, famosa per le incredibili punte di gelo che vi si registrano in inverno: fino ad oltre i -50°C. Il valico dello Zojla offre lo spettacolo di un'incredibile trasformazione naturale: si sale in un ambiente arido, lambendo le strisce di neve che arrivano spesso fino alla strada, e si scende nella valle di Sonamarg, ricca di foreste di pini; in pochi altri luoghi al mondo il cambiamento è così radicale. Giunti nell'ampia valle di Srinagar ci sistemiamo in una comoda casa galleggiante del lago Dal.

Giorno 11 (12.06)>SRI-NAGAR

Dopo colazione, faremo una gita in shikara sul lago per vedere il mercato galleggiante. Sempre al mattino si visitano il primo esempio di giardini moghul. Pomeriggio libero di relax. Pernottamento in hotel House Boat.

Giorno 12 (13.06)>SRI-NAGAR Airport / Delhi / ITALIA

Trasferimento in tempo utile all'aeroporto per volo Sri-Nagar- Delhi. Arrivo a Delhi nel primo pomeriggio. Volo Delhi-Milano dopo la mezzanotte.

Giorno 13 (14.06) Arrivo a Milano in tarda mattinata.

Quota su base 10 partecipanti: 2940,00€ + 50,00€

Quota su base 8 partecipanti: 3310,00€ + 50,00€

La quota comprende:

- Esperto geologo in viaggio dall'Italia
- Tour Leader in viaggio dall'Italia
- Trasferimenti da/per gli aeroporti
- Trasporti interni in fuoristrada in Ladakh (6-8persone + autista per van).
- Sistemazione in camera doppia in albergo.
- Trattamento di pensione completa nei giorni in Ladakh e Kashmir (quindi tutti i pasti tranne quelli in aeroporto)
- Visite ed escursioni come da programma con guida locale che parla Italiano.
- Ingressi come da programma
- 2 piccole bottiglie d'acqua per persona al giorno (1 litro).
- Assicurazione medico-bagaglio
- Organizzazione tecnica Avventura Sport Tour Operator

La quota non include:

- Volo internazionale Milano-Delhi a/r*
- Voli interni Delhi-Leh e Srinagar-Delhi*
- Visto per l'India (65,00€)
- Assicurazione annullamento
- Pasti e bevande non specificate né "la quota comprende"
- Mance
- Tutto quanto non espressamente indicato né "la quota comprende"

*Prezzo degli aerei stimato al 01.02.24 di circa 1,000,00€

Nota sulla Difficoltà dell'Altitudine per un Viaggio in Ladakh

Siamo entusiasti all'idea di condividere le meraviglie di Ladakh con voi, ma è importante sottolineare che questa destinazione non è adatta a tutti a causa delle elevate altitudini raggiunte durante il tour. La regione di Ladakh, caratterizzata da paesaggi maestosi e avventure uniche, presenta altitudini che superano spesso i 3500 metri. Passeremo due giorni tra i 4000 e 4500 m. Affronteremo un passo che supera i 5300 m.

L'altitudine può rappresentare una sfida significativa per alcune persone, poiché l'aria rarefatta può causare il mal di montagna e difficoltà respiratorie importanti. Non si tratta di un viaggio sportivo (come quelli di trekking) in cui il corpo viene sottoposto a maggiore stress. Ci sposteremo sempre in macchina e questo sicuramente renderà più facile sopportare l'altitudine elevata.

Prima di intraprendere un viaggio in Ladakh, è importante valutare la propria idoneità alle condizioni di altitudine.

Con questo non vogliamo scoraggiarvi a intraprendere un'avventura in Ladakh ma riconosciamo che questa destinazione non sia adatta a tutti e speriamo che coloro che si sentono pronti a sfidare le altitudini siano in grado di godere appieno delle esperienze uniche che questa terra ha da offrire.

La sicurezza e il benessere dei viaggiatori sono al centro della nostra priorità, e vi incoraggiamo a prendere decisioni informate sulla base delle vostre condizioni fisiche e della vostra preparazione per l'altitudine.

Buon viaggio!